La importancia del Juego en la sociedad ecuatoriana





UNIDAD EDUCATIVA FISCAL
"SIMÓN BOLÍVAR"

Río de Janeiro Oe2-140 y Av. América

Fono: 0984100908

Freddy.moreno@educacion.edu.ec

Quito, 2023

Autor: Msc. Freddy Moreno

El Currículo de Educación Física (EF), nos enfrenta a retos y desafíos, donde el docente de EF, impondrá su creatividad e innovación que conjuntamente con el modelo constructivista, buscará en los discentes fomentar una sociedad más justa, solidaria e innovadores que estén dispuesto a los cambio y desafíos del XXI, y que permanentemente investigue una adecuada calidad de vida y aprovechamiento del tiempo libre y ocio.

ÍNDICE

JUGAR PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA EN EL BUEN VIVIR

BC-Practicas Lúdicas 1

- 1- ¿Qué son los juegos?
- 2- ¿Qué es Lúdico?
- 3- El juego como fenómeno cultural e integrador.
- 4- El juego en las diferentes etapas de la vida
- 5- ¿Cómo jugar a partir de los 16 años?

Destrezas con criterio de desempeño a evaluar

EF.5.1.1. *Reconocer a los juegos como manifestaciones constantes en la historia del hombre y relacionarlas con sus contextos de origen, su cultura específica y los sentidos y significados que le permiten a sus participantes convertirlos en una posible práctica recreativa.*





Los Juegos en la Educación Física

¿Qué son?

Los juegos tradicionales populares y nuevos

¿Cómo pueden ser?

Juegos de Fuerza
- Arranca la cebolla
- Halar la soga

Juegos de pelota
- Avanzadas
- Las quemadas

Juegos de carreras
- Policías y ladrones
- Blanco y negro

Juegos de cuerda
- La comba
- El Reloj

Juegos de habilidad
- La liga
- La Rayuela



ME APUNTO A JUGAR PARA MEJORAR MI CALIDAD DE VIDA EN EL BUEN VIVIR

INTRODUCCIÓN

¿QUÉ son los juegos?

Son actividades lúdicas, es decir, que buscan la ***diversión*** *mediante la práctica de la* ***actividad física****.*



A diferencia de los deportes, en los juegos son los propios participantes quienes se ponen de acuerdo en las normas del juego, en el espacio donde se jugará, en el número de participantes.

Un aspecto fundamental de los juegos se refiere al ***respeto*** *por las normas establecidas. Aunque sean pactadas por los propios jugadores, una vez decididas deben ser respetadas por todos ellos.*

Si no es así, el juego pierde su razón de ser y pueden surgir conflictos entre los participantes.

Concepto de JUEGO:

El juego es una actividad inherente al ser humano. Todos nosotros hemos aprendido a relacionarnos con nuestro ámbito familiar, material, social y cultural a través del juego. Se trata de un concepto muy rico, amplio, versátil y ambivalente que implica una difícil categorización.

Etimológicamente[1], los investigadores refieren que la palabra juego procede de dos vocablos en latín: ***"iocum y ludus-ludere"*** *ambos hacen referencia a broma, diversión, chiste, y se suelen usar indistintamente junto con la expresión actividad lúdica[2].*

[1] Se denomina ***etimología*** al estudio del origen de las palabras.
[2] https://es.wikipedia.org/wiki/Juego

Los juegos y los deportes enseñan y ayudan a vivir

Son actividades humanas que se han practicado en todas las épocas y culturas, y que están siempre presentes en nuestras vidas: a través de los juegos y de las normas que creamos para ellos. A través de los juegos experimentamos con la realidad de las cosas, es decir, nos ponemos en comunicación con el mundo que nos rodea. Y en este sentido, nos preparan para la vida, ya que en ellos ensayamos los papeles que desarrollaremos en la sociedad cuando seamos adultos.

Sin embargo, jugar no es únicamente una actividad infantil. No dejamos de hacerlo cuando crecemos y nos convertimos en adultos, ya que mediante el juego podemos descargar las energías que nos sobran y liberarnos de las tensiones que acumulamos cada día.

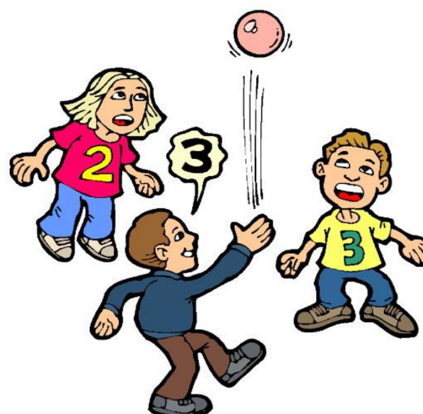
Y el deporte, que procede de los juegos, no es sólo una forma de diversión y distensión, sino también un importante instrumento educativo físico y social.

El juego es una actividad humana que se ha practicado en todas las épocas y culturas y que está siempre presente en nuestras vidas.

Las Reglas

En los juegos y los deportes, son las bases que determinan la identidad de cada uno de ellos y sus formas de ejecución. Constituyen el núcleo de lo que se conoce como el "espíritu del juego".





¿QUÉ es Lúdico?

*Se conoce como **lúdico** al adjetivo que designa **todo aquello relativo al juego, ocio, entretenimiento o diversión**. El término lúdico es de origen latín ludus que significa "juego".*

***Una actividad lúdica** es realizada en el tiempo libre de los individuos, con el objetivo de liberar tensiones, huir de la rutina diaria y preocupaciones, para obtener un poco de placer, diversión y entretenimiento, así como otros beneficios, entre los cuales están:*

- *Amplia la expresión corporal.*
- *Desenvuelve la concentración y agilidad mental.*
- *Mejora el equilibrio y flexibilidad.*
- *Aumenta la circulación sanguínea.*
- *Libera endorfina y serotonina.*
- *Proporciona la inclusión social.*

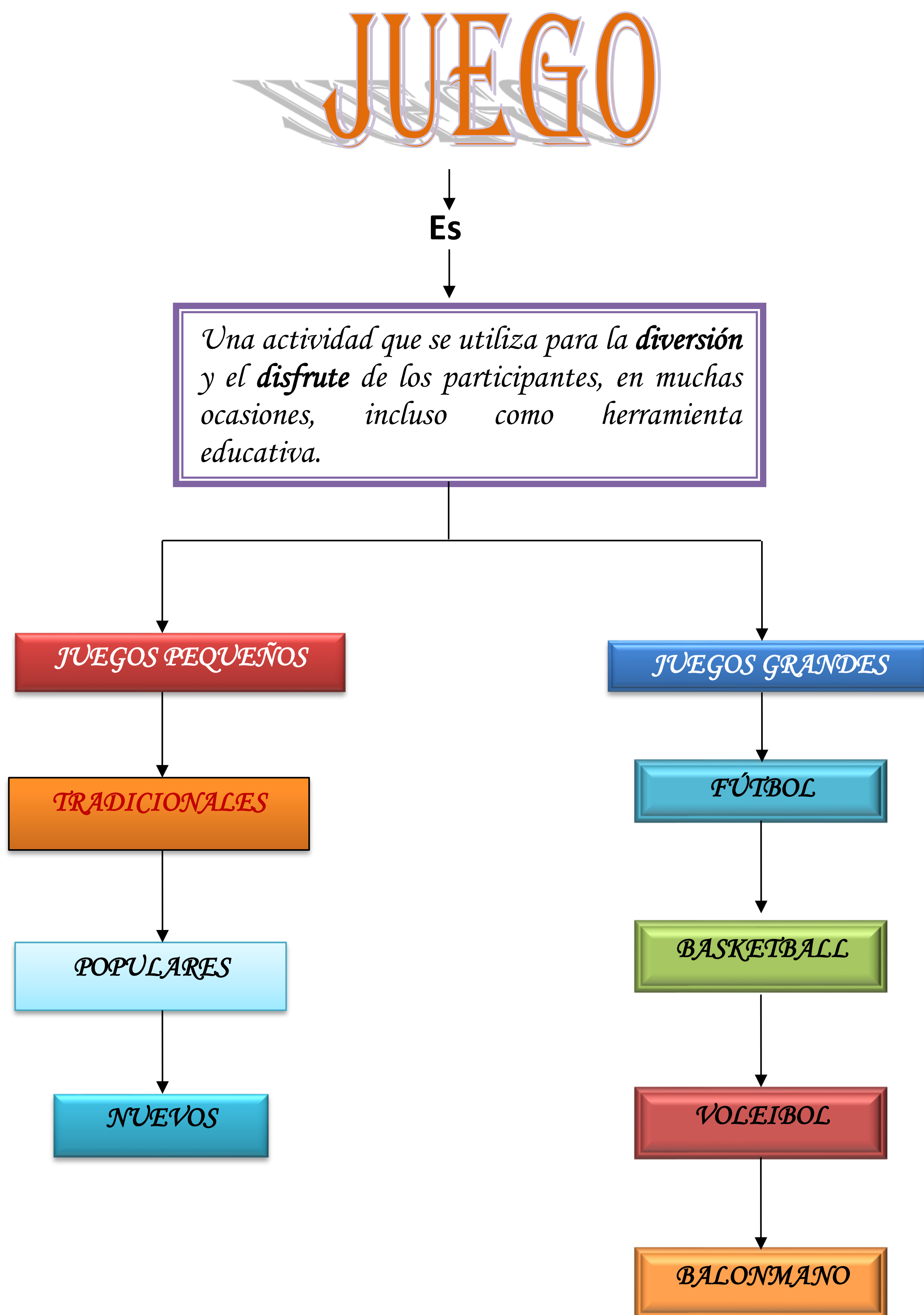
***Las actividades lúdicas pueden ser variadas**, como: ejercicios físicos, mentales, destreza, equilibrio, entre otros. Hoy en día, es tendencia la práctica por mujeres, hombres y niños, la actividad física conocida como zumba, que consiste en ritmos y músicas latinoamericanas.*

Con respecto a los niños, la práctica de un ejercicio lúdico es indispensable para su crecimiento personal y social, aparte de ser visto como una alternativa de ocio sana. Los beneficios que conlleva la realización de alguna actividad son: aumento de autoestima, desarrolla la creatividad y pensamiento, estimula la socialización, explora las posibilidades sensoriales y motoras, prepara al niño al mundo del trabajo, entre otras[3].



Nota. http://deconceptos.com/ciencias-sociales/ludico

[3] http://www.significados.com/ludico/


JUEGO
Es
Una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes, en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa.
JUEGOS PEQUEÑOS
TRADICIONALES
POPULARES
NUEVOS
JUEGOS GRANDES
FÚTBOL
BASKETBALL
VOLEIBOL
BALONMANO

*Los **juegos se clasifican** según la cantidad de personas que los juegan, así como los objetos que se usan, en ciertos casos únicamente se utilizan partes del cuerpo y en otros es necesario un objeto que será manipulado por la persona en cuestión.*

La clasificación es la siguiente:

***Juegos acompañados de objetos** Son aquellos donde necesitas de un objeto ajeno a tu cuerpo para poder realizar ciertas destrezas. Algunos de estos juegos son saltar la cuerda, carrera de sacos, el trompo, juego de canicas, volar una cometa, jugar con el yoyo, balero, perinola, palo ensebado, palito mantequillero, papagayo, rayuela, etc.*

Juegos con partes del cuerpo En estos juegos no necesitas ningún objeto, utilizas partes de tu cuerpo principalmente las manos para jugar, se caracteriza por ser un juego de parejas o en grupos donde compiten y uno resulta ganador. Piedra, papel o tijera; pares o nones, cero contras por cero, rondas, juegos con canciones en pareja, por nombrar unos cuantos.

***Juegos de persecución** Son juegos sin objetos donde por lo general los participantes deben correr o hacer actividades moviendo todo el cuerpo. Por ejemplo, jugar al escondite, gato y ratón, policía y ladrón, encantados, stop, etc.*

***Juegos verbales** Son juegos de palabras, por ejemplo, las adivinanzas, telegrama, teléfono descompuesto, Gallinita ciega, retahíla. Estos juegos son en parejas o grupos principalmente.*

***Juegos individuales** Son aquellos donde no se necesita un compañero, puede ser usando objetos como son el yoyo o el trompo.*

***Juegos colectivos** Son aquellos que necesitas de dos personas en adelante, por ejemplo, el escondite o stop.* https://sites.google.com/site/juegostradicionalesg3/home/los-juegos-tradicionales/mariel-montes

JUEGOS PEQUEÑOS

¿QUÉ SE CLASIFICAN EN JUEGOS TRADICIONALES, POPULARES Y NUEVOS?

*Juegos tradicionales: Son aquellos juegos que se transmiten de **generación en generación**, pudiéndose considerar **específicos o no de un lugar determinado**. Son juegos muy antiguos que nuestros antepasados practicaban hace muchísimos años y que han ido pasando de padres a hijos a través de las generaciones.*

En muchas ocasiones se han transmitido de manera oral, por lo que no existían referencias escritas de ellos. Cada región tiene sus propios juegos tradicionales que forman parte de su patrimonio cultural. Por eso, recuperarlos y practicarlos es contribuir al desarrollo de nuestras propias raíces culturales.

*Juegos populares: Son un bien cultural y como tal merecen ser **rescatados del olvido y practicados** para que no desaparezcan; han servido como diversión y entrenamiento físico a nuestros antepasados, y nosotros también podemos divertirnos con ellos y a la vez trabajar ciertas capacidades condicionales y coordinativas.*

Aquella manifestación lúdica, arraigada en una sociedad, muy difundida en una población, que generalmente se encuentra ligado a conmemoraciones de carácter folklórico. Juegos como: el bote, cromos, chapas, las sillas, las cuatro esquinas, el gato y el ratón, las estatuas, el trompo, el escondite, el yo-yo, a la zapatilla por detrás, el corro de la patata, el patio de mi casa, el látigo, pies quietos, la goma elástica, etc.

Juegos Nuevos: Son juegos que utilizan los jóvenes en el momento que están vigentes como, por ejemplo: city ville en la red social llamada Facebook, play station, máquinas de baile virtual, patinetas, guitar hero, el paintball, la muralla, etcétera.

JUEGOS TRADICIONALES

Definición

*"Son aquellos juegos que se **transmiten de generación en generación**, pudiéndose considerar específicos o no de un lugar determinado". Son en esencia de **actividad lúdica** surgida de la vivencia tradicional y condicionada por la **situación social, económica, cultural, histórica y geográfica**; hacen parte de una realidad específica y concreta, correspondiente a un momento histórico determinado; en esto tendríamos que cada cultura posee un sistema lúdico, compuesto por el conjunto de juegos, juguetes y tradiciones lúdicas que surgen de la realidad de esa cultura.*

*Cada juego, tradicional está compuesto por "**partículas de realidad"** en las que es posible develar las estructuras sociales y culturales que subyacen a cada sociedad.*



LOS TROMPOS

Definición

Este juego consiste en hacer girar al trompo, cogerlo con las manos y mientras bailaba golpear a una bola circular para que ésta ruede lo más lejos posible. Los trompos eran elaborados por carpinteros, con una madera muy consistente llamada **CEROTE** que se encuentran en los páramos andinos ecuatorianos.

Cabeza o espiga

Cordel o Piola

Pua o herron



Pasos

*Se enrolla un piolín o cordel desde la púa hacia la espiga.

*Luego se lo lanza al trompo al suelo con un movimiento brusco, lanzando varios trompos en la "Troya" que es el nombre con que se designa al círculo donde bailarán los trompos, y de donde no deben salir.

*Juega a ir chocando y dejando fuera de juego los trompos rivales.

Reglas

- Puede un jugador, lograr que el trompo de su compañero salga de la Troya, o dejarlo muerto de un golpe, y quedarse así con la pieza ganada.
- Cada grupo establecerá con qué reglas de juego se manejarán.
- Diversas también son las características del trompo en sí, según la región.

RAYUELA

Definición

La rayuela es un juego de iniciación infantil, que representa el conocimiento de uno mismo.



Pasos

- Se traza una cuadrícula en forma de cruz con una tiza o carbón.
- Se tira la ficha, esta debe caer en el casillero correcto.
- Si el lanzamiento no ha sido correcto, pierde y cede el turno.
- El participante debe saltar en un pie por los diferentes cajones, a excepción del que tiene el objeto arrojado.
- Gana quien concluyo primero.

Reglas

- Pueden participar todos los jugadores que quieran.



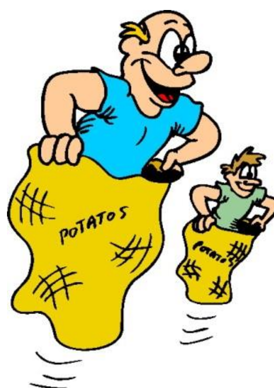
LOS ENSANCADOS

Definición

Es un juego para todo tipo de personas sean adultos o niños.

Pasos

- *Los participantes se inscriben.*
- *Luego bajo las órdenes de quien dirige el juego, se coloca un saquillo o funda de cabuya.*
- *Se ata a la cintura y, dada la señal, saltan.*
- *Gana quien llegue primero a la meta señalada.*



Reglas

- *Pueden participar todos los jugadores que quieran, de cualquier edad.*



VOLAR COMETAS

Definición

Una cometa es una maquina voladora formada por una estructura plana o tridimensional construida de un material muy ligero y recubierta de una vela. El conjunto se amarra a uno o varios hilos y, al ser soltado, se mantiene en el aire por la acción del viento.



Pasos

- Para volar una cometa los niños necesitarán la cooperación de otra persona, de un amiguito, de su papá o su mamá.
- Mientras esta persona agarra la cometa en posición vertical, alejada del suelo, el niño, con el hilo en la mano, debe echar a correr, y cuando alcance unos 10 o 15 metros, el que sujeta la cometa deberá soltarla.
- Cuando más largo sea el hilo, más alto volará la cometa, una vez echada a volar.

Reglas

- Pueden participar todos los jugadores que quieran de cualquier edad ya que la cometa ya es considerada un deporte.



JUEGO DE LA CEBOLLA



Definición



*En el juego tradicional los participantes se sientan uno tras de otros sujetándose con las manos en la cintura. El primero se asegura fuertemente al poste de luz o a la pilastra, el que queda libre tiene que ir **ARRANCANDO** las cebollas una por una.*

1) los jugadores deben sentarse en el piso o parados uno tras otro

2) Cogerse uno tras otro.

3) El primero debe sostenerse del otro compañero o de un poste.

4) El arrancador va jalando para que uno por uno se vaya soltando.

1) Pueden participar todos los jugadores de cualquier edad.

2) Los jugadores deben sostenerse fuertemente.



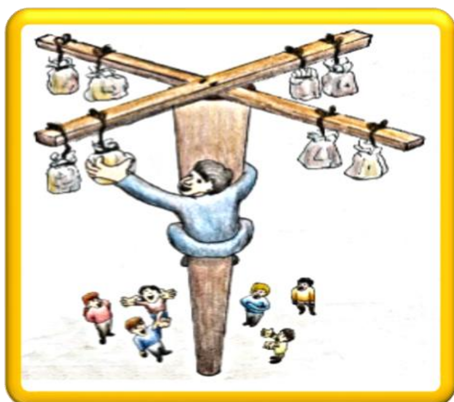
JUEGOS POPULARES

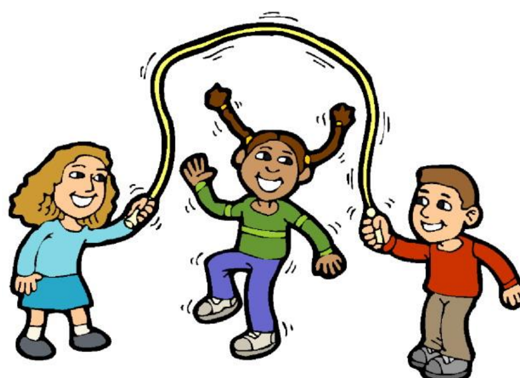
Definición

*Son un **bien cultural** y como tal **merecen ser rescatados del olvido** y practicados para que no desaparezcan; han servido como diversión y entrenamiento físico a nuestros **antepasados**, y nosotros también podemos divertirnos con ellos y a la vez trabajar ciertas capacidades condicionales y coordinativas.*

La importancia del juego

Los juegos se caracterizan por una actividad divertida y placentera; improductiva, ya que no tiene una finalidad que no sea el mismo juego; espontánea y libre, que se improvisa y no requiere un aprendizaje anterior; el juego implica actividad, ya sea físico o mental. Para llevarlos a cabo, se requiere una limitación de un espacio, es decir, el lugar donde se juega, y un tiempo, así como ciertas reglas asumidas de forma voluntaria.



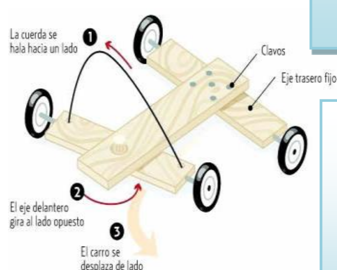




CARRERA DE COCHES DE MADERA



Creado en 1940, cuando Quito "era una ciudad franciscana", desde unos 40 años atrás, este deporte lo conoce casi todo el país, es por eso que se lo practica, y en especial en el desarrollo de las festividades de diciembre.



La competición es sencilla, la ciudad organiza esta carrera donde pueden participar todos aquellos que tengan un coche de madera. Se trata de un acto festivo y que proporciona gran divertimento a los quiteños, pues se enmarca dentro de un sin fin de fiestas populares.

MATERIALES

Un pedazo de madera, clavos, caucho de llantas usadas y mucha imaginación

REQUISITOS

- *Deberán ser construidos **completamente en madera**, con excepción de un bocín de metal que irá en las ruedas del artefacto. No está permitida la utilización de rulimanes.*
- *Estos coches deberán tener un peso que fluctúa entre 80 a 120 libras, dependiendo de la categoría y los participantes.*
- *Para la competencia deberán llevar un casco protector y su número de identificación.*
- *Previo a cada carrera se realizará el chequeo respectivo de los bólidos con dos horas de anticipación para constatar el estado de los mismos.*



[4] http://lahora.com.ec/index.php/movil/noticia/1101597399/Patrimonio_quite%C3%B1o_sobre_cuatro_ruedas.html



ECUAVOLEY

El ECUAVÓLEY es una variante de voleibol originaria de Ecuador, es el impulso de una bola usando las manos (balón de fútbol), el puño o el antebrazo desnudos, por uno de los jugadores, desde una de las esquinas de la cancha por sobre la red sin tocarla, hacia el lado contrario, tratando de que aquella puede caer al piso sobre la superficie válida sin ser tocada o sobre la superficie libre de la cancha siendo tocada por el rival. Este puede devolver la bola con máximo tres toques y así sucesivamente hasta que ésta caiga.



FUNDAMENTACIÓN TÉCNICA

***Manejo del balón:** Se emplean diversas técnicas para impulsar el balón en distintas situaciones del juego.
***Saque:** es la acción de poner en juego el balón, lanzando o soltando el balón y golpeando con la mano. Su finalidad principal es ofensiva, marcar punto, al contrario, o dificultar al máximo la recepción por parte del contrario.
***Golpe bajo, de antebrazos o fildeo**: unidas las manos por el dorso y ayudado por la flexión de las piernas, el balón es golpeado desde abajo hacia arriba por ambos antebrazos logrando así un rebote vertical con una gran elevación.
***Toque de dedos o voleo**: el balón se pasa utilizando suavemente las manos, por encima de la cabeza y con las yemas de los dedos hacia arriba; impulsándolo en la dirección deseada.
***Remate:** acción que pone fin a una jugada ofensiva. El jugador corre, salta y golpea el balón por encima de la red.
***Bloqueo**: toda acción destinada a interceptar el ataque del equipo contrario, saltando junto a la red, con

Desplazamientos
Hay 6 diferentes tipos de desplazamiento sobre la cancha:
¬**Paso añadido:** El jugador se desplaza a una distancia mayor que la de un paso común.
¬**Paso normal:** El jugador se desplaza la distancia de un paso común.
¬**Paso doble**: El jugador se desplaza la distancia de dos pasos.
¬**Salto:** El jugador se desplaza por medio de saltos.
¬**Carrera:** El jugador corre para desplazarse.
¬**Batida:** El jugador da unos pasos y salta.



Posición fundamental

Hay tres posiciones fundamentales:
***Alta:** posición relativamente levantada, con los pies arriba ligeramente separados, uno delante del otro, y las rodillas levemente flexionadas.*
**__Media:__ posición intermedia. Respecto a la posición anterior varían las rodillas y tobillos, que se flexionan más. Se debe elevar el talón del pie retrasado.*
**__Baja:__ posición relativamente agachada. Se flexionan y separan aún más las piernas. Del pie retrasado se elevan el talón y la planta, quedando apoyado en la punta. Esta posición permite un desplazamiento casi nulo.*

Servicio o saque



«El saque es la acción de poner en juego el balón por el jugador zaguero derecho, situado en la zona de saque.»



Se puede hacer de diferentes maneras:

- ***Saque de tenis**: las piernas están separadas a la anchura de los hombros poniendo la contraria a la mano de golpeo adelantada, el cuerpo extendido y ligeramente rotado hacia la mano de golpeo, la mano de golpeo se sitúa detrás de la nuca, se extiende el brazo, girando el cuerpo simultáneamente, con la mano contraria se lanza el balón para golpearlo en el punto más alto de su trayectoria y a la altura de la cabeza.*
- ***Mano baja**: el balón se sujeta estático en una mano y se impulsa con la otra en un movimiento de péndulo.*
- ***Mano alta**: el balón se lanza al aire hacia adelante y sin rebasar al sacador, luego el balón se golpea con la mano y el brazo estirado.*
- ***En suspensión**: es similar al anterior, solo que el balón va flotando hasta que pierde fuerza y cae muerto en el campo contrario.*



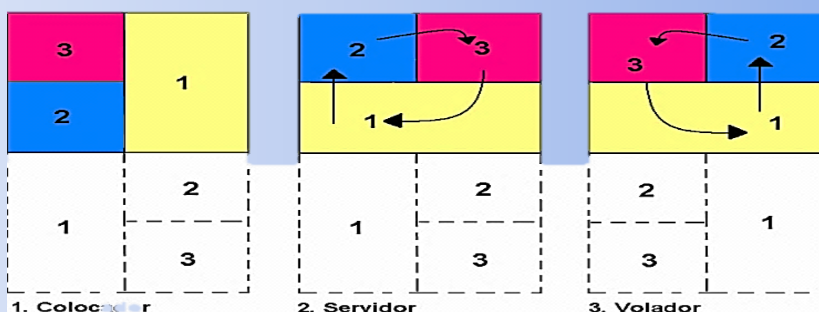
Bloqueo

Bloquear es la acción de los jugadores cerca de la red encaminada a interceptar el balón que procede del campo contrario por encima del borde superior de la red. Sólo los delanteros pueden completar un bloqueo.



Recepción y pase

Es interceptar y controlar un balón dirigiéndolo hacia otro compañero en buenas condiciones para poder jugarlo. Los balones bajos se reciben con los antebrazos unidos al frente a la altura de la cintura y los altos con los dedos, por encima de la cabeza.



Ataque/Remate

Todas las acciones de dirigir el balón al adversario, excepto el saque y el bloqueo, se consideran golpes de ataque.

Reglas de juego



La estructura del juego es la misma que la de voleibol:

- ☞ *Cada equipo en pista está formado por tres jugadores: colocador, volador (jugador zaguero) y servidor. Se coloca a una altura de 2,85 m y tiene un ancho de unos 60 cm.*
- ☞ *El campo mantiene las mismas dimensiones de 9 m de largo por 9 m de ancho.*
- ☞ *Se juega con un balón de fútbol mikasa ft-5*
- ☞ *Se juegan los partidos a dos sets de 15 puntos y opción de un tercero de desempate, siempre que éste confirmado por ambos equipos en el reglamento.*

JUEGO DEL 40



CONCEPTO:

*Es un juego popular de naipes proveniente del Ecuador. Se juega entre dos parejas, y en ocasiones solamente entre dos personas.

*Cuando se juega en parejas, cada uno de los jugadores se sienta frente a su compañero de equipo. Si juegan sólo dos personas, estas se sientan frente a frente y juegan de manera independiente, sin coordinar con otro jugador. *Para jugar cuarenta se utiliza un naipe tradicional occidental de 52 cartas, sin embargo, es preciso separar todas las cartas 8, 9 y 10(llamados 'perros'), ya que se juega sólo con los 40 restantes.

Objetivo

El objetivo del Cuarenta, como su nombre lo indica, es obtener cuarenta puntos para ganar la partida.

El equipo que obtenga primero cuarenta puntos gana la partida.

El equipo que gane primero dos partidas gana la mesa, es decir, el juego.

Otra versión del cuarenta es aquella en que se juegan obligatoriamente cuatro partidas para darles a todos los jugadores la oportunidad de repartir los naipes. En este caso, el equipo que gane 3 de cuatro partidas, gana la mesa.

Repartiendo

Se reparte cinco cartas de forma continua a cada jugador (10 Cartas en Total), esto corresponde a una “Mano.

Cuando se completan las cuatro manos (40 cartas), Se cuentan las cartas de cada jugador que pueden aumentar el puntaje como se explica más adelante.

Este proceso se repite hasta que el puntaje de alguno de los jugadores llegue a 40, limpiando las cartas que queden en la mesa al término de la última mano.



Jugando

Cuando llega el turno del jugador éste debe seleccionar una carta a jugar considerando dos opciones:

1. Llevar Cartas

a.- (Coincidencia). Existe una carta en la mesa de igual valor que la carta a jugar. En este caso debe levantarse las dos cartas de la mesa.

b.- (Suma). Existen dos cartas cuya suma equivale a la carta a jugar. En este caso se levantan las cartas tres cartas involucradas en la operación.

c. - (Secuencia). También deben levantarse las cartas que contengan un valor inmediato superior a la última carta levantada en forma de escalera y mientras ésta no se rompa. La escalera es (A, 2, 3, 4, 5, 6, 7, J, Q, K).

2. Tirar Carta

En el caso de que la carta a jugar no corresponda a una suma o coincidencia, el jugador deberá tirar la carta dejándola en mesa.

Las Jugadas

- ***Caída (2 puntos):***

Se da cuando la carta a jugar es una coincidencia de una carta tirada en la jugada anterior de la misma mano.

- ***Limpia (2 puntos):***

Cuando el jugador levanta todas las cartas de la mesa en una jugada. No aplican los puntos de la "Limpia" si la jugada a su vez fue una "Caída".

- ***Ronda (2 Puntos):***

Cuando el jugador posee tres cartas de igual valor en su mano actual. No se aplican los puntos de la "Ronda" si el puntaje del jugador es igual o mayor a 30.

Conteo de Cartas

Después de repartidas las 40 cartas (4 manos) se cuentan las cartas de cada jugador.

Si la suma de las cartas del jugador llega a 10, se le conceden 6 puntos y un punto más por cada carta adicional a las 20. Si el puntaje es impar se convierte al inmediato número par superior.



EL FLORÓN



El florón es un juego popular, al que se jugaba durante las horas del recreo y las tardes de los domingos y fiestas de guardar, sobre todo cuando hacía frío.



Como se juega

***1.**-Las personas que juegan se sientan en hilera en un madero continuación, una de ellas, se queda de pie, se coge una piedra pequeña y se la coloca entre las dos manos, que se mantienen juntas y estiradas, procurando que la piedra no se caiga ni se vea.*

Después, todo el grupo comenzaba a cantar:

El florón está en mis manos,
En mis manos está el polvorón.
Por allí pasó, pero no lo vio.
Salga la prenda, ¿quién la tendrá?
y el que la tenga me lo dirá.

***2.**-Se seguía cantando y señalando una a una a las jugadoras:*

Florón, florón,
¿Quién la tiene?

La persona a la que se señala en el momento que acaba la canción es la que debe adivinar dónde está el florón que, por otra parte, podía haber quedado en las de quien repartía.

***3.**-Si lo acertaba, cogía ella "el florón" y, de lo contrario, seguía en las manos de la primera persona que se había hecho con él hasta que, en una nueva ronda, una persona sepa dónde está el florón.*

LAS ESCONDIDAS



ORGANIZACIÓN

Se hecha a suertes quien se la queda, pueden jugar muchos niños. Una forma de acortarlo es dar un tiempo para que la mano termine, por ejemplo, diez minutos. Si al cabo de la misma no están todos cogidos o salvados, se la queda el primero que fue cogido. Si antes de que terminen los diez minutos algún jugador salva a todos sus compañeros, el juego vuelve a comenzar y se la queda el mismo jugador que la llevaba.

JUEGO

"El que cuenta" se coloca sobre un lugar determinado, que se llama casa, con los ojos tapados y contará hasta 10 o 20. Mientras este jugador cuenta, el resto de los jugadores correrán, por separado, a esconderse lo mejor que puedan y sepan, para que el que la lleva no los vea. Cuando termine de contar deberá cantar una canción. A continuación, sale a buscar al resto de jugadores. Cuando vea a alguno o descubra su escondite, correrá hasta la casa y gritará: "¡Por fulanito"!, tocando la casa y diciendo el nombre del jugador que ha visto. Puede ocurrir que el descubierto corra más que el que se la queda y llegue antes a la casa que éste. En este caso el jugador gritará: "a salvo" y queda a salvo. Así sucederá con todos los jugadores hasta que quede sólo un jugador por encontrar; si éste se salva, en vez de gritar "¡a salvo", grita "¡Salva por mí, por todos mis compañeros y por mí el primero!". En este caso, todos quedan a salvo y correrán de nuevo a esconderse, quedándose de nuevo el mismo jugador que la llevaba al principio, que irá a casa lo más rápido posible y empezará a contar de nuevo. El juego continúa hasta que todos los jugadores estén a salvo o sean cogidos. Para empezar un nuevo juego, se la queda el primero que fue cogido en el juego anterior.



CANCIONES QUE DEBE CANTAR "EL QUE CUENTA"

Cuando "el que cuenta" termina su conteo, cantará una de estas canciones en voz alta:

Canción 1:
Ronda, ronda el que no se haya escondido, que se esconda. Una, dos y tres, a buscarlo es.
Canción 2:
Ronda, ronda el que no se haya escondido, que se esconda que ya voy.
Canción 3:
Ronda, ronda, el que no se haya escondido, que se esconda. Ronda, ronda, el que no se haya escondido, tiempo ha tenido.



1.- ***Los niños hacen un círculo*** *y a la vez van cantando: "Agua de limón*
vamos a jugar
y el que quede solo,
solo quedará, ¡Hey!"

2.- Luego de la interjección ¡Hey! ***giran en sentido contrario*** *repitiendo los mismos versos.*

Agua de limón

3.- Uno de los participantes será el líder y dará la orden de formar grupos impares.

4.- El que quede solo asumirá las veces de líderes y pagará una penitencia.



LA PELOTA NACIONAL

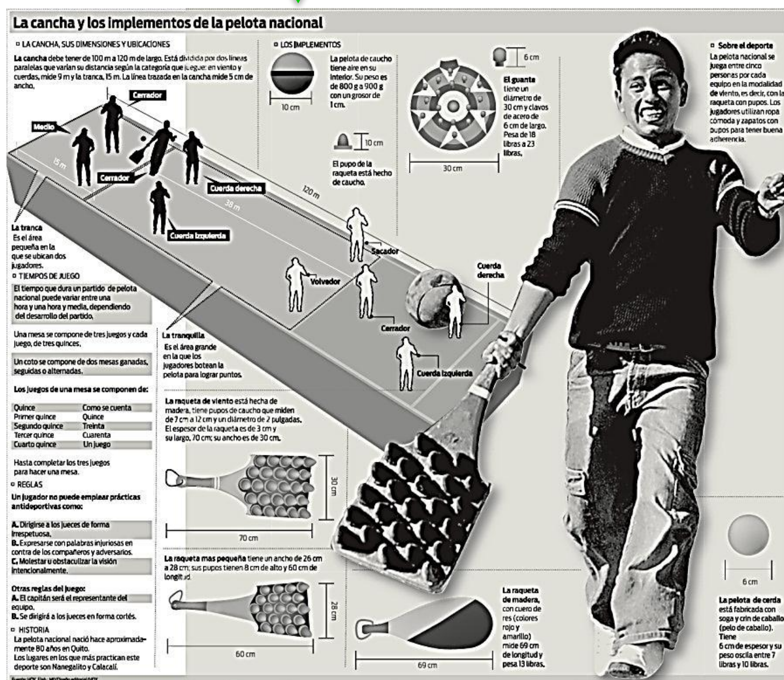
Definición

La pelota nacional es el deporte más autóctono del Ecuador. Se lo compara con el tenis, por las raquetas, que en esta práctica se llaman tablas o guantes, pero son más pesadas y rústicas.



Pasos

Reglas



- ***Regla Nº 1:*** *La cancha es un rectángulo de 9 metros de ancho y 100 a 120 metros de largo, marcada en la mitad por una línea en el piso, sin red.*
- ***Regla Nº 2:*** *Se miden dos equipos, cada uno integrado por cinco jugadores, que se ubican estratégicamente: sacador, torna, media torna y dos medios.*
- ***Regla Nº 3:*** *Uno de los sacadores impulsa la pelota al lado opuesto del terreno de juego; la misma que sólo puede dar un rebote y es devuelta por el equipo contrario. Así sigue el encuentro hasta que uno de los equipos falle; o sea: lancen la pelota fuera de la cancha, no la recepten o el sacador sobrepase con la pelota la línea de tranca.*

El juego de los billusos





Los **billusos** se elaboraban con papel de envoltura de las cajetillas de cigarrillos, en aquel entonces se utilizaba el papel de las cajetillas de King, Chesterfield, Lucky Strike, Oasis, Camel, Kool, entre otros.

Cada una de estas marcas tenían colores y se les asignaba un determinado valor, por ejemplo: 5, 10, 20, 50, y 100 sucres. En la confección se los doblaba de manera que parezcan verdaderos billetes[5].

Al iniciar el juego se los depositaba dentro de un círculo (bomba), colocando un poco de tierra sobre los billusos para que no se vuelen con el viento y hacer un poco difícil el sacarlos.

Desde una distancia prudente, cada jugador tiraba una ficha y quien se acercaba más a la bomba era el primero en comenzar el juego. A veces, el primer jugador en comenzar era tan bueno que terminaba sacando todos los billusos, dejando a los demás sin participar.

"Los bolsillos de los participantes, siempre estaban cargados de billusos, los estudiantes acostumbraban llevarlos a la Escuela para jugar en los recreos.



5 http://www.eluniverso.com/2011/07/12/1/1445/divertidos-billusos.html

El juego del molinillo



La rosa de los vientos o molinillo eran fáciles de confeccionarlas, por la disponibilidad que teníamos de conseguir los materiales, carrizo, papel o sorbete, este último es una planta de la cual se extrae una especie de goma y que tiene un espino, el mismo que se usaba como eje para que giren las banderillas[6].

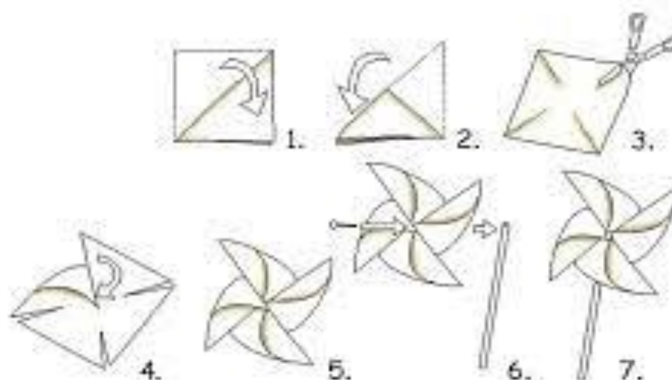
Es lógico que se necesitaba un poco de habilidad con las manos para hacerlas de distintas formas y tamaños. Quienes tenían bicicletas las colocaban en diferentes espacios y posiciones para hacerlas girar como aspas de aviones.

Largas eran las tardes y las vacaciones en las que se aprovechaba el verano con sus vientos para sacar las banderillas e ir corriendo por las calles a manera de competencia.

Lugar: *Aula y patio*

Material necesario: *Cartulinas de colores, alfileres de cabeza grande, palitos de madera*

Organización: *Individual.*



[6] http://www.monografias.com/trabajos101/manual-juegos-tradicionales/manual-juegos-tradicionales2.shtml



La bomba

Juego practicado por los niños y jóvenes. Consistía en poner a una cierta distancia una determinada cantidad de bolas dentro de un círculo y sacarlas con otra bola que era más grande y muy especial para el jugador.

Los hoyos

Este juego consistía en hacer un pequeño surco ondulado o serpenteado, en el suelo y con hoyos intercalados a cierta distancia. La línea o raya (en forma de canal), se la podía hacer con ciertas curvas o en forma de churo y a una distancia a convenir entre los participantes. Los jugadores tenían que tingar con el dedo pulgar para impulsar la bola y tratar de ir avanzando. Cada impulso o turno se intercalaba con el compañero.

El juego de la rueda



Se llama el juego de las ruedas o de las llantas porque se utilizaba material de neumáticos viejos y por lo tanto había variedad de tamaños y grosor.

Estas ruedas costaban desde un real hasta a cincuenta centavos, dependiendo del tamaño y grosor. Había una gran demanda pues niños y jóvenes utilizaban para ir corriendo de un lugar a otro.

Para impulsarla y que vaya rodando por las calles, se utilizaba la mano o un palo en forma de horcón en un extremo, esa era la parte que empujaba a la rueda.

Había tanta creatividad que algunos niños y jóvenes decoraban sus ruedas con colores o hacían cortes alrededor de la llanta (parte externa) pintándolas con varios colores para identificarlas.

Juego de los zancos



Juego muy practicado, no era otra cosa que dos palos de alguna escoba vieja, con dos tiras de madera o palos cortados de eucalipto que se los colocaba en las partes de abajo, a una altura de medio metro, sujetados con clavos y alambre, estos eran los soportes para pisar y poder caminar.

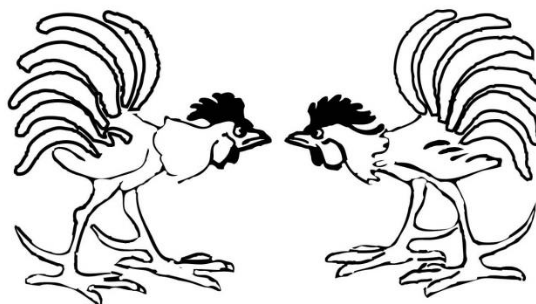
Se hacían competencias de zancos en los barrios, y los más hábiles que lograban mantenerse en pie eran los ganadores, había que tener equilibrio para no caerse. Las competencias consistían en de subirse a las veredas, correr y trepar las lomas. "Los más duchos aumentaban la altura de sus zancos".

Actualmente los zancos han logrado tanta popularidad que podemos verlos Trabajando en programas deportivos, culturales y en actividades sociales.

El propósito de los zancos es andar elevados sobre la altura normal. Si bien no es habitual su uso hoy en día, el uso de zancos por motivos prácticos ha estado extendido, dadas las ventajas que puede suponer obtener una mayor altura mediante este método artificial. Por ejemplo, los habitantes de zonas pantanosas o inundadas pueden utilizarlos para trabajar en los pantanos o atravesar ríos de una cierta profundidad.

Gallos, gallinas, galleros

Parte de la identidad de los países sudamericanos radica en su apego por las tradiciones ancestrales. Estas están siempre presentes en la gastronomía, la religión, las celebraciones y los pasatiempos. Entre estos últimos, no cabe duda que uno de los más populares en América Latina es la pelea de gallos.



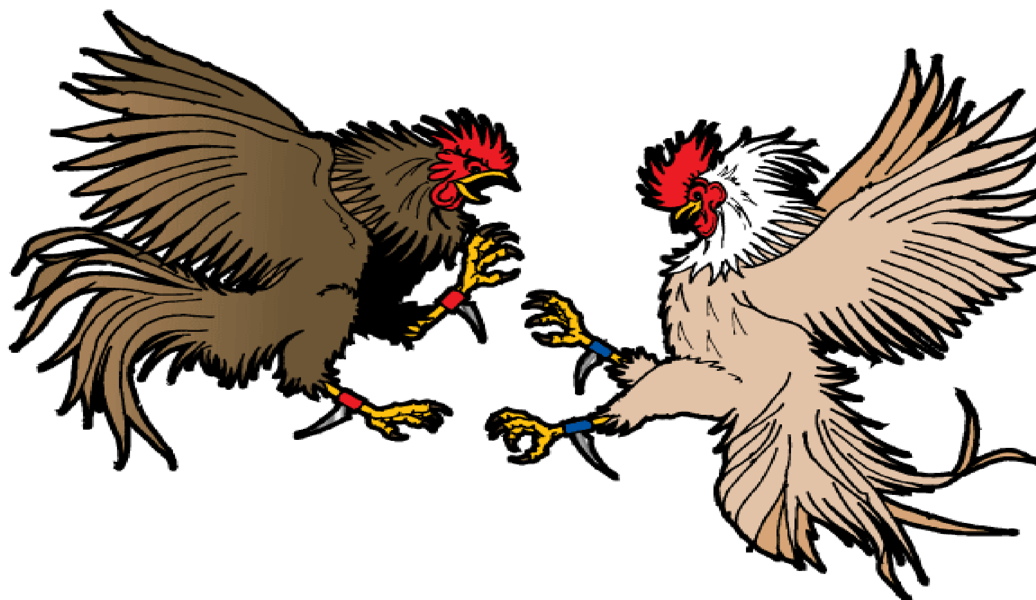
Descripción de las peleas de gallos en el Ecuador

Pelea de Gallos

En la naturaleza, los parientes del gallo doméstico peleaban por el control de las hembras y el dominio del territorio: Aunque la tradición ha sido pasada oralmente de generación y no existe un registro exacto de cuándo la pelea de gallos se convirtió en espectáculo, si es conocido que los chinos comenzaron a domesticar los gallos para alimento alrededor del año 1400 a.C. Es probable que el ser humano primero haya utilizado el gallo para combates, y luego para la carne y los huevos. Si esto es así, hace más de 3.400 años que la valentía del gallo de pelea es admirada por los hombres. Ahora, en el tercer milenio de la Era Cristiana, el pasatiempo más antiguo de la historia sigue vigente.

En Ecuador estos espectáculos son predilección tanto de la Sierra como de la Costa. Poblaciones como Cayambe y San Antonio de Pichincha disfrutan mucho de esta actividad y son conocidas por ello. En Bolívar las peleas son parte infaltable del Carnaval de Guaranda y en Loja se las ve durante las fiestas de la Virgen del Cisne.

En Manabí las peleas se multiplican a lo largo de las celebraciones octubrinas, aunque en algunos sectores no necesitan de ningún pretexto y los gallos son rutina de fin de semana, o de la tarde de los jueves[7].



El juego de las bolas

Las Bolas, son un juego tradicional que se practica hasta nuestros días, son muy consistentes, de cristal, vistosas y muchas tienen colores.

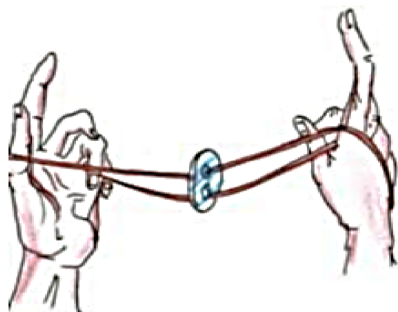
Existen varios juegos como, por ejemplo: la bomba, el pique, los hoyos, los pepos, la macateta, el tingue, y otros tantos que se inventan los jugadores de acuerdo a la ocasión y al número de participante.



[7] https://es.wikipedia.org/wiki/Pelea_de_gallos

El juego del Zumbambico

Juego por demás divertido y a la vez peligroso, pues algunos jugadores del Zumbambico en vez de ponerle el botón en el centro, le ponían un Tillo o tapa de los refrescos cosa que era muy peligroso pues al cortar la piola saltaba el tillo y podía causar heridas[8].



Para elaborar este juguete se necesita un zumbambico el cual lleva dos orificios en el centro, con el fin que pase una piola y se la pueda coger con las manos por ambos extremos y halarla hasta que el zumbambico empiece a girar y a emitir unos zumbidos fuertes. Ahora se elaboran con latas, tapas de gaseosa o botones de plástico

El juego del sin que te roce

Juego que se realizaba y practicada por muchas personas en los barrios, en las esquinas, plazas y parques. El juego consistía en nombrar un jefe de grupo o cabecilla como eje principal para desarrollar esta actividad.

Los jugadores iban corriendo y saltando por encima del compañero sin tener que rozarle el cuerpo, si al jefe se le ocurría hacer cantar, silbar, o cualquier otra cosa, los demás tenían que imitarle.

El sin que te roce es un juego que se lo practicaba en todos los barrios con los amigos o vecinos, entre hombres y mujeres, pues no importaba el sexo para realizar este juego.

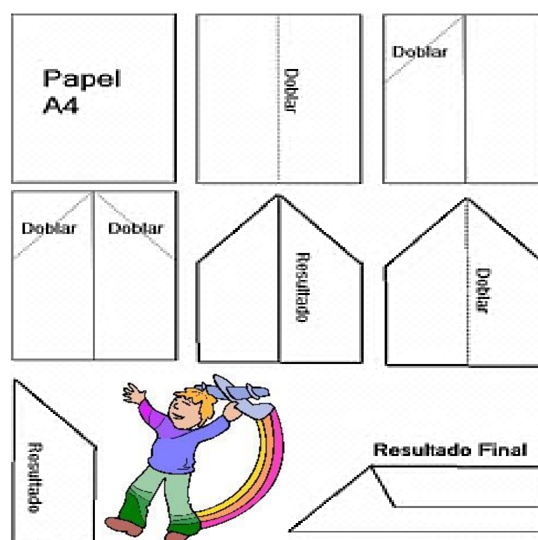


[8] http://slideplayer.es/slide/2341450/

El juego de los aviones

Consistía en fabricar aviones de papel y lanzarlos al aire para que vuelen como si tuviesen motor, diversas eran las formas, tamaños y modelos de los aviones.

Algunos los hacían de un solo papel, mientras que otros los hacían de dos piezas que se las unían en las partes de las alas. En ambos casos, la habilidad de quienes los hacían era lo más importante[9].



Solo volaban con el impulso que se les daba con las manos hacía arriba formando piruetas para luego aterrizar en los diferentes sitios de dónde se los lanzaba, en especial a las novias cuando queríamos comunicarnos con ellas.

Juego de los zancos

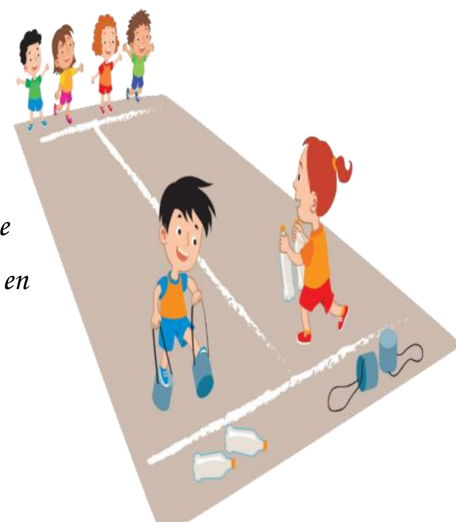
Juego muy practicado, no era otra cosa que dos palos de alguna escoba vieja, con dos tiras de madera o palos cortados de eucalipto que se los colocaba en las partes de abajo, a una altura de medio metro, sujetados con clavos y alambre, estos eran los soporte para pisar y poder caminar:

Se hacían competencias de zancos en los barrios, y los más hábiles que lograban mantenerse en pie eran los ganadores, había que tener equilibrio para no caerse.

Las competencias consistían en de subirse a las veredas, correr y trepar las lomas. "Los más duchos aumentaban la altura de sus zancos"

Actualmente los zancos han logrado tanta popularidad que podemos verlos trabajando en programas deportivos, culturales y en actividades sociales.

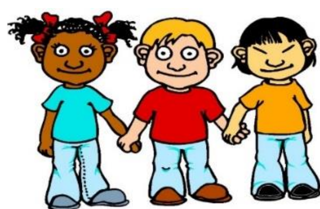




9 https://es.wikipedia.org/wiki/Avi%C3%B3n_de_papel

Juego de las ollitas

El juego de las OLLITAS consiste en balancear a una persona que se pone en posición de cuchillas, dos personas se sujetaban las manos haciendo una especie de sillita, entonces balancean a un tercero, cantando los meses del año (enero, febrero, marzo, abril, mayo etc.) hasta cuando resista la Ollita.





Baile del tomate: colaboración entre los niños

Organizados en parejas, cada dúo bailará con un tomate entre sus frentes. Gana la pareja que termina el baile sin hacer caer la hortaliza.



Baile de la escoba: incentiva la reacción

Todos bailarán en parejas a excepción de uno, que lo hace con la escoba, cuando este la deja caer, los otros deben cambiar de pareja.





Perros y venados: busca la solidaridad en grupo

Se juega en dos grupos, los perros deben coger a los venados. Ganan los perros si cazan a todas sus presas en un tiempo establecido.



La gallina ciega: desarrolla lo sensorial y el tacto

Todos forman un círculo. A uno se le venda los ojos y debe adivinar, mediante el tacto, qué persona es a la que está tocando. Penitencia si no acierta.



Los cocos: estimula la precisión y puntería

Dentro de una bomba, cada jugador debe poner un coco. El que esté más cerca del círculo puede sacar los cocos o matar a sus rivales.



Carrera de ensacados: sentido de competencia

Cada corredor mete las piernas en un costal y, por medio de saltos, busca atravesar la meta. Gana el primero en llegar al objetivo.



Carrera a tres piernas: estimula la coordinación

Organizados en parejas, cada una de estas debe atarse las pantorrillas de las piernas en contacto. Ganan los primeros en llegar a la meta.



La guaraca: persecución y supervivencia

El grupo forma una bomba. Uno debe portar una cinta y ponerla en la mano del que deseé, quien debe perseguir a pegar al de su derecha.



JUEGOS NUEVOS

- *LOS JUEGOS MODERNOS SON JUEGOS QUE SON UTILIZADOS POR LA JUVENTUD EN EL MOMENTO QUE ESTÁN VIGENTES*

- *Ejemplo:*
  - *Cityville en la red social llamada Facebook*
  - *Play station; en todas sus versiones*
  - *Máquinas de baile virtual*
  - *Pokémon Go*







CityVille

*Se trata de **una aplicación de estrategia y gestión** donde tienes que construir edificios, ampliar tu ciudad, crear edificios comunales para tener más habitantes, abrir negocios para obtener dinero, plantar cultivos para abastecer tus locales y después abrir franquicias de tus tiendas en las ciudades de tus amigos.*



Máquina de baile

La máquina de baile es una forma de divertirse con muchos amigos generalmente se encuentran en centros comerciales como el "PLAY ZONE" que tiene varios en el país.



Guitar Hero

1.
- Es un videojuego de música.
- El juego incluye un controlador con forma de guitarra eléctrica.

2.
- La cual se asemeja a una Gibson SG; que el jugador utiliza para simular la interpretación de la música.
- En el cual el jugador debe presionar los botones del controlador en el tiempo exacto en el que las notas musicales se desplazan en la pantalla de juego.

3.
- Incluye treinta canciones de rock, las cuales abarcan desde la década de 1960 hasta 2015, además de los *bonustracks*.







El Paintball

El paintball (en español 'bola de pintura') es el juego en el que los participantes usan marcadoras (se suele evitar el término "pistola" para no causar posibles alarmismos) accionadas por aire comprimido, CO_2 u otros gases, para disparar pequeñas bolas rellenas de pintura a otros jugadores. En esencia es un juego de estrategia complejo en el cual los jugadores alcanzados por bolas de pintura durante el juego son eliminados de éste a veces en forma transitoria, a veces en forma definitiva dependiendo de la modalidad. Contrario a lo que se piensa es uno de los deportes de aire libre más seguros.













Juegos de Malabares

Son actividades en las que se utilizan fundamentalmente habilidades manipulativas y que desarrollan cualidades motrices muy importantes: coordinación, agilidad, velocidad de reacción, equilibrio, etc.

Muchas veces, estas habilidades han sido relacionadas con el circo, por haber formado parte de este espectáculo; pero desde hace años, la educación física ha descubierto grandes posibilidades en estos juegos como medio para desarrollar y mejorar nuestras habilidades.

Se puede utilizar diferentes instrumentos: aros, pompones, pelotas, etc. Por su especial adaptabilidad, tacto y facilidad de uso, vamos a centrarnos en los pompones[10]*.*



[10] Proyecto +q´1, pág. 69

El Monopatín

Hemos visto muchas veces en la calle, en películas, documentales y programas deportivos, a jóvenes, chicos y chicas, que se deslizan sobre una tabla con ruedas, como si estuvieran haciendo surf en una playa.

Adoptan posiciones muy similares a las de los surfistas y son capaces de acrobacias increíbles: saltos y otras piruetas que nos transmiten dificultad y riesgo.

El monopatín, también denominado skateboard, consiste en una tabla con una forma parecida a una suela de zapato y cuatro ruedas, dos delante y dos de atrás, que permite su deslizamiento.

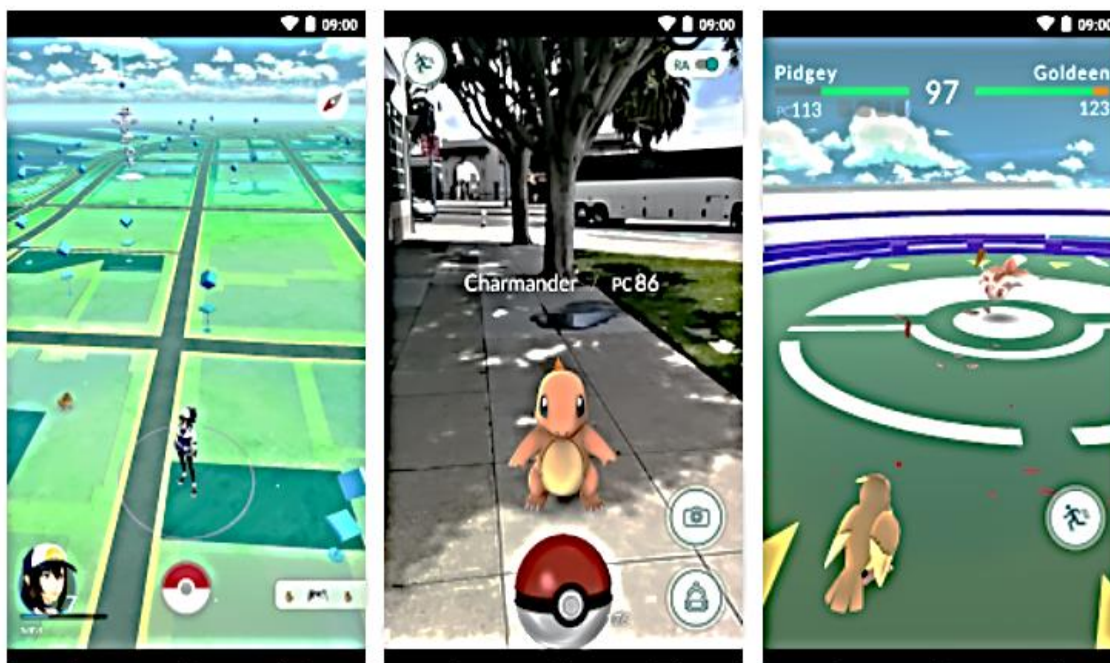
La tabla
Es de madera, con varias capas para conseguir una buena resistencia a los golpes, saltos, tracciones, etc., pero no es rígida. En sus extremos presenta una curvatura. *Se pueden encontrar de varios tamaños, colores y diseños, de modo que algunas son verdaderamente espectaculares.*
Las ruedas
Están distribuidas en dos ejes, que dan capacidad de maniobra al aparato, dos delante y dos detrás.



El juego de Pokémon Go

Es un videojuego de aventura pionero en realidad aumentada desarrollado por Niantic, Inc. para dispositivos iOS y Android. Es free-to-play, contiene microtransacciones, pero su descarga y desarrollo son completamente gratuitos. El juego consiste en buscar, capturar y luchar con los personajes de la saga Pokémon escondidos en ubicaciones del mundo real, lo que establece que hay que desplazarse físicamente por las ciudades para progresar. La aplicación refuerza el concepto de interacción social, ya que obliga a reuniones físicas de los usuarios en distintas ubicaciones de sus poblaciones. El éxito y acogida producida tras su lanzamiento aumentó fuertemente el valor en bolsa de las acciones de Nintendo.

El juego fue lanzado oficialmente en Australia y Nueva Zelanda el 6 de julio de 2016. El 7 de julio de 2016 en Estados Unidos. El 13 de julio de 2016 en Alemania y Bélgica. El 14 de julio de 2016 en Inglaterra e Irlanda. El 15 de julio de 2016 en España, Portugal e Italia. El 16 de julio de 2016 en Grecia, Polonia, Suecia, República Checa, Suiza, Holanda, Finlandia, Islandia, Luxemburgo, Austria, Rumania, Croacia, Dinamarca, Chipre, Estonia, Hungría, Lituania, Noruega, Letonia, Eslovaquia, Malta. El 17 de julio de 2016 en Canadá. El 19 de julio de 2016 en Puerto Rico. El 21 de julio de 2016 en Japón. El 24 de julio de 2016 en Francia. El 25 de julio de 2016 en Hong Kong. El 3 de agosto de 2016 en toda América Latina[11].



[11] https://es.wikipedia.org/wiki/Pok%C3%A9mon_GO

¡Vamos a jugar a algo!

He aquí una exclamación muchas veces repetida a lo largo de nuestra vida y que siempre nos llena de entusiasmo y de profundo deleite.

Y es que jugar, aunque parezca nada divertido, es algo muy serio. Eso de jugar es tan serio que si un niño no juega no aprende o, dicho de otra manera, aprendemos jugando.



Ya, pero ¿qué es jugar?

Jugar es desarrollar una actividad divertida, espontánea, placentera, que no tiene más objetivo que jugar, que se empieza libremente y que se puede abandonar en cualquier momento.

Los niños juegan para vivir, es su ambiente vital, dentro del cual pueden respirar. Un niño que no ha jugado de pequeño (y por desgracia los hay) echará siempre en falta algo que nunca sabrá qué es.



El juego como fenómeno cultural e integrador

Si bien el juego es algo secundario en la vida de los adultos, todas sus ocupaciones primordiales están impregnadas de juego: el lenguaje (la poesía…), la filosofía (los solfistas se pasaban en los juegos de palabras), la política (se habla del juego político), incluso, por desgracia se habla de juegos de guerra… por eso, realmente abarca todos los aspectos del ser humano, el juego se convierte así en un fenómeno integral el juego de la vida.

Alguien que no sepa jugar es un peligro y además de vivir amargado amargará a los que le rodean. Ojalá que el ambiente del juego se transmita al resto de nuestra vida: cooperación con otros, buen humor, distensión, creatividad, orden, cumplimiento de las normas, saber ganar y saber perder, dejar jugar a todos… Y esto se puede aprender es cuestión de dejar tiempo para ello y de mucha práctica.

El juego en las diferentes etapas de la vida

Resumiendo, un poco, pero para tener una visión general del asunto y poder organizar los juegos se clasifican en:

*De **0 a 2 años** el niño juega para aprender; o mejor, aprende jugando a sobrevivir: le gusta chupar, escuchar sonidos, tocarlo todo.*

*De **2 a 4 años** el juego es descubrir lo que le rodea y por eso se mete en todos los rincones y lo desmonta todo.*

*De **4 a 6 años** predominan los juegos imitativos y les gusta amar escándalos.*

*De **6 a 12** el juego es una forma de autoafirmarse e integrarse socialmente por eso intenta hacer las cosas difíciles de los adultos y en grupo.*

*De **12 a 15** el mayor interés del juego se refiere a la competición en equipos donde hay unos que ganan y otros que pierden.*

*De **15 a 18** se incluyen como interesantes los bailes, las competiciones individuales y las actividades con cierto riesgo o aventurilla.*

*A partir de los **18 años** hay un poco de todo lo anterior decantándose por las preferencias personales, pero cada vez se demanda más socialmente la práctica física como forma de descansar y liberar estrés y si es posible en contacto con la naturaleza.*

¿Cómo jugar a partir de los 16?

En los primeros años de la educación general básica, hemos aprendido ya muchos juegos en lo cual recordaremos un amplio repertorio suficientemente rico y veremos cosas nuevas en los siguientes tipos de juegos:

1. *Juegos infantiles*
2. *Juegos Tradicionales*
3. *Juegos Populares*
4. *Juegos con Implementos*
5. *Juegos Nuevos*

Existen muchos tipos de juegos. Hay algunos en los que el objetivo es correr muy rápido, otros en los que hay que desarrollar una gran fuerza, otros en los que se juega con balones, otros de lanzamiento de precisión… Y en todos ellos el objetivo es pasarlo lo mejor posible.

Juegos de Fuerza

Son juegos de arrastrar, de levantar pesos… Están relacionados con el trabajo en el campo o con oficio manuales.

- *"Halar la soga"*
  - *¿Cuántos pueden jugar? Los que queramos. A partir de dos.*
  - *¿Qué necesitamos? Una cuerda gruesa.*
  - *¿Cómo se juega? A la señal, cada equipo debe tirar de la cuerda hacia su lado, intentando arrastrar al equipo contrario hasta que sobrepase la línea que divide los dos campos.*



Juegos de Pelota

Existen diversas modalidades, utilizando raquetas, palos, o sólo la mano o el pie.

- *"A quemar", "balón tiro", "balón prisionero"*
  - *¿Cuántos podemos jugar? A partir de diez.*
  - *¿Qué necesitamos? Una pelota.*
  - *¿Cómo se juega? Se sortea qué equipo es el que saca.*

  El objetivo del juego consiste en "quemar" el mayor número posible de jugadores del otro bando lanzando la pelota contra ellos. Cuando un jugador es alcanzado por un balón, se sitúa en la zona de quemados y reinicia el juego lanzando el balón contra el otro equipo.



Juegos de Carrera

Son juegos donde el objetivo se logra corriendo muy rápido. Pueden ser juegos en los que hay que perseguir a los compañeros, de relevos…

- *"La mancha"*
  - *¿Cuántos podemos jugar? Los que queramos.*
  - *¿Qué necesitamos? No hace falta ningún material. Como mucho un pañuelo para identificar al que lleva la mancha.*
  - *¿Cómo se juega? El que lleva la mancha persigue a los demás.*



Juegos de Cuerda

Son juegos muy variados. En general se busca realizar saltos evitando que la cuerda nos toque los pies. Aquí tienes algunos ejemplos:



- *El juego de la comba*
- *El juego de la serpiente*
- *El juego de las olas o montaña rusa*
- *El juego del "buscapiés"*

Juegos de Habilidad

En este tipo de juegos el objetivo puede ser muy diferente:

Lanzamientos de precisión, juegos de habilidad para realizar cualquier cometido, etc.

- ***"Los bolos"***
  - *¿Cuántos podemos jugar? A partir de dos, los que queramos.*
  - *¿Qué necesitamos? Un objeto para lanzar, habitualmente una bola.*
  - *¿Cómo se juega? Se lanza la bola hacia los bolos intentando derribar el máximo posible de ellos. Gana el que, en varias tiradas obtiene una mayor puntuación.*







REFERENCIAS BIBLIOGRÁFÍCAS

Konsag Gerd (1989), **Diferentes formas de ejercicios para los juegos deportivos [Ubungsformen fur die sportspiele]**, Berlín, Alemania.

Fernández J. & Vera A. (2002), **Educación Física 1° Bachillerato**, España, pp. 193-197.

Ariño Jesús & Benabarre. (2008), **Educación Física 1° y 2° ESO**, Barcelona, pp. 54-62.

Coterón, F & Torrescusa, L. (2008), **Educación Física 1° B.**, Zaragoza, España, pp. 64-77.

Cebrián María, P. (15 de noviembre del 2020). Juegos tradicionales de Educación Física: 1 propuesta práctica. Blog Mundo Entrenamiento. https://mundoentrenamiento.com/juegos-tradicionales-en-educacion-fisica/

http://www.monografias.com/trabajos92/reglamento-municipal-trompo/reglamento-municipal-trompo.shtml (Extraído el 07 de agosto del 2016)

http://josjulior.blogspot.com/2011/02/juegos-tradiconales.html (Extraído el 07 de agosto del 2016).

http://daviderazo11.blogspot.com/2012/03/la-pelota-nacional.html (Extraído el 08 de agosto del 2016).

http://www.google.com.ec/#sclient=psy-ab&hl=es&biw=1024&bih=674&source=hp&q=que+es+el+salto+de+la+soga&pbx

-http://es.wikipedia.org/wiki/Motocross

http://www.google.com.ec/search?q=paint+ball&hl=es&prmd=imvns&source=lnms&ei=nu4aT-DIF4P4ggfPqMXaCw&sa=X&oi=mode_link&ct=mode&cd=1&ved=0CDAQ_AUoAA&biw=1024&bih=674

-http://es.wikipedia.org/wiki/La_goma_(juego)

http://www.uibcongres.org/imgdb/archivo_dpo2500.pdf (Extraído el 12 de agosto del 2016).